Saison 2015/2016
A VOUS DE CHOISIR !

ADHÉSION à Sport Pour Tous
1er adulte : 20 € - 2e adulte : 15 €
Pour l'inscription à chaque activité supplémentaire, tarif dégressif de - 20 € sur l'activité en plus.
Enfant (à partir de 16 ans avec autorisation parentale) : 10 €

Avec la fiche d'adhésion, joindre un certificat médical d'aptitude au sport pratiqué.

Les tickets « Découverte »
Pour vous permettre de tester des activités en début de saison (septembre et octobre), nous vous offrons la possibilité d'acheter des tickets « Découverte » (*déductible de l'adhésion si inscription*).
Tarif : 5 € le ticket (pas d'adhésion)

Le Carnet Multi-activités
Pratiquez plusieurs activités, tout au long de l'année. Il vous suffit d'acheter un carnet de 30 tickets pour assister aux séances de votre choix (excepté marche aquatique et yoga).
Tarif: 180 € le carnet (hors adhésion)

Le Carnet Parrainage
Parrainez la 1ère inscription d'un de vos proche à Sport Pour Tous et **nous vous offrons un carnet de 5 tickets découverte** pour tester et pratiquer une ou plusieurs activités en début de saison (septembre et octobre). ***Offert***

Jeune de moins de 25 ans et demandeur d'emploi
Moins 20 % sur le tarif de l'activité

L'opération «CHÈQUE SPORT», saison 2015-2016, par la Région Bretagne, encourage la pratique sportive auprès des jeunes de 16 à 19 ans.
Ce dispositif permet à tous les jeunes de cet âge de bénéficier d'une aide de **15€**, offerte par la Région Bretagne, pour toute inscription dans un club sportif de Bretagne. ***Pour la saison 2015/2016, les jeunes nés en 1997, 1998, 1999 et 2000*** pourront retirer du 1er juin 2015 au 30 avril 2016 leur chèque sur le site *jeunes.bretagne.bzh* et le faire valoir auprès des 2600 clubs partenaires.

Se renseigner au secrétariat de Sport Pour Tous

SPORT Pour Tous

NOS PARTENAIRES :

VILLE DE QUIMPER

DECATHLON SPORT MEGASTORE
Ouvert du lundi au samedi de 9h à 20h sans interruption
Zone de Kervilier - QUIMPER

Armor·lux
21, 23 rue Louison Bobet - Z.I. Kerdroniou - QUIMPER
www.armorlux.com

groupe sébaco
OUTDOOR INDOOR
Des solutions pour les loisirs et l'équipement
Z.I de l'hippodrome - 2 av. St Denis - QUIMPER
02 98 52 69 12

AXA ASSURANCES
Eric Jolivet - Agent Général
Assurances collectives - Placements - Banque - Orias 070 15366
agence1.jolivet@axa.fr

biocoop Quimper
Ouvert le Lundi après-midi de 14 H à 19 H, et du Mardi au Samedi ouvert en continu de 9H30 à 19H00.
Web : www.biocoop-quimper.fr
Tél. : 02 98 64 51 41
5, allée de Tréqueffélec - 29000 QUIMPER

le sport pour le plus grand nombre, dans un esprit de loisir

SPORT Pour Tous

Saison 2015/2016
À VOUS DE CHOISIR !

71 avenue Jacques Le Viol - 29000 QUIMPER
Tél : 02 98 95 50 80
email : sportpourtousquimper@laposte.net
www.sport-pour-tous-quimper.fr

INSCRIPTIONS :
Carrefour des associations
Centre Commercial Carrefour :
vendredi 28 et samedi 29 août 2015

Forum des clubs : samedi 5 septembre 2015
Créach Gwen (9 à 18h)

Planning des activités *Sport Pour Tous* 2015 - 2016

* Les tarifs indiqués sont hors adhésion à l'association	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	TARIFS*	Lieux
BODY FITNESS	19h30/20h30 - *Anne Maudire* 20h30/21h30 - *Anne Maudire*	18h00/19h00 - *Anne Maudire* 9h00/20h00 - *Anne Maudire*					**100 €**	*Lundi : Salle Nord de Penvillers* *Mardi : Le Likès*
TRAINING CARDIO MUSCULAIRE			19h30/20h30 - *Anne Maudire* 20H30/21H30 - *Anne Maudire*				**100 €**	*Salle Nord de Penvillers*
STEP/ABDOS/STRETCHING				18h00/19h00 - *Thomas Richon* 19h00/20h00 - *Thomas Richon*			**100 €**	*Salle Nord de Penvillers Etage*
STRETCHING		11h15/12h15 - *Anne Maudire*	18h15/19h15 - *Anne Maudire*				**100 €**	*Salle Nord de Penvillers*
DOS & STRETCHING				12h30/13h30 - *Anne Maudire*			**100 €**	*Salle Nord de Penvillers*
PILATES	19h30/20h30 - *Linda Bolzer*						**100 €**	*Gymnase du Likès*
BODY SCULPTING				20h00/22h00 - *Anne Maudire*	20h00/21h30 - *Anne Maudire*	9h00/10h30 - *Anne Maudire* 10h30/12h00 - *Anne Maudire*	**160 €**	*Complexe sportif Créach Gwen*
ZUMBA FITNESS	18h30/19h30 - *Linda Bolzer*			19h30/20h30 - *Linda Bolzer*			**170 €**	*Gymnase du Likès*
STREET DANCE				18H30/19H30 - *Linda Bolzer*			**170 €**	*Gymnase du Likès*
GYM-BALL		12h30/13h30 - *Anne Maudire*	12h30/13h30 - *Anne Maudire*				**100 €**	*Salle Nord de Penvillers*
SOPHROLOGIE					18h30/20h00 - *Nadine Troale (Castric)*		**160 €**	*Salle Nord de Penvillers Etage*
QI GONG	11h/12h30 - *Annick Labbé*		18h/19h20 - *Natalie Corboliou*				**160 €**	*Lundi : Halle des Sports Ergué - Armel • Salle c* *Mercredi : Gymnase Jules Noël*
TAI CHI		16H30/18H ***(débutant)*** 18h/19h30 - *Philippe Dinasquet*					**160 €**	*Salle Nord de Penviller Etage*
YOGA			17h30/19h00 - *Françoise Le Mignon* 19h30/21h00 - *Françoise Le Mignon*				**160 €**	*Salle de Kernisy*
BADMINTON COURS	18h30/20h00 - *Paul Reuter*			19h00/20h30 - *Paul Reuter*			**180 €** 2 cours **140 €** 1 cours	*Gymnase Paul Bert*
BADMINTON Libre	20h00/21h30						**50 €**	*Gymnase Paul Bert*
AQUAGYM	12h15/13h15 - *Marc Péron*	12h00/13h00 - *Jenni Courot* 19h00/20h00 - *Marc Péron* 20h00/21h00 - *Marc Péron*		12h40/13h40 - *Vanessa Le Mignon* 15h30/16h30 - *Violaine Nunes* 18h45/19h45 - *Marc Péron* 19h45/20h45 - *Marc Péron*	12h40/13h40 - *Patrick Maudet* 19h30/20h30 - *Vanessa Le Mignon* 20h30/21h30 - *Patrick Maudet*		**190 €**	*Piscine de Kerlan Vian* *(Petit bain)*
APPRIVOISER L'EAU				20H45/21H45 - *Marc Péron* ***(petit bassin)***			**190 €**	*Piscine de Kerlan Vian*
NATATION (Apprentissage)			11h45/13h45 - *Violène Nunes* ***Niveau 2***				**190 €**	*Piscine de Kerlan Vian*
NATATION NIVEAU 1	12h15/13h15 - *Violaine Nunes*			19h00/19h50 - *Pierre Brussin* 12h30/13h30 - *Jean-Rieul Brusq* ***(Niveau 1/2)***	20h30/21h30 - *Vanessa Le Mignon*		**160 à 190 €**	*Piscine de Kerlan Vian 160 € cours 50 mn*
NATATION NIVEAU 2	12h15/13h15 - *Jean Rieul Brusq*	19h00/20h00 - *Pierre Brussin*		19h50/20h40 - *Pierre Brussin*	19h30/20h30 - *Patrick Maudet*		**160 à 190 €**	*Piscine de Kerlan Vian 160 € cours 50 mn*
NATATION NIVEAU 3		20h00/21h00 - *Pierre Brussin* ***(Niveau 2/3)***		12h30/13h30 - *Violène Nunes* 20h40/21h30 - *Pierre Brussin* ***(Niveau 2/3)***	12h40/13h40 - *Jenni Courot* ***(Niveau 2/3)***		**190 €**	*Piscine de Kerlan Vian*
AQUA-JOGGING		20h30/21h30 - *Pierre Brussin*					**190 €**	*(Grand bain - savoir nager)*
NAGE PALMES ET TUBA		20h30/21h30 - *Vanessa Le Mignon*					**190 €**	*Piscine de Kerlan Vian*
MARCHE AQUATIQUE			14h00/15h00 - *Patrick Maudet*		10h00/11h00 - *Gilles Kérivel*	9h30/10h30 - *Violaine Nunes* 10h30/11h30 - *Violaine Nunes*	**100 €**	*En raison des conditions météo les ateliers peuvent être annulés*
MARCHE NORDIQUE	9h30/11h00 - *Thomas Richon* ***(Initiation et niveau 1)***	14h/15h30 - *Thomas Richon* ***(Niveau 1)***	14h00/16h00 - *Gilles Kerivel* ***(Niveau 2)***	14h00/15h30 - *Gilles Kerivel* ***(Niveau 1/2)***		9h45/11h15 - *Thomas Richon* ***(Niveau 1/2)***	**160 à 190 €**	*En raison des conditions météo les ateliers peuvent être annulés*

Tarif 16-25 ans et chômeurs (à l'inscription) : -20% sur l'activité. *Pont de l'Ascension (5-6-7 mai) et lundi de Pentecôte: pas de cours ces jours-là. Des modifications peuvent être possibles d'ici septembre, nous vous tiendrons informés.*